

病毒性腸胃炎衛教宣導

親愛的家長您好：

腸胃炎是指病毒侵犯腸胃道黏膜，造成胃、小腸或大腸的發炎，導致嘔吐、腹痛與腹瀉等症狀的疾病。常見包括：諾羅病毒、輪狀病毒、腺病毒40型或41型、沙波病毒及星狀病毒，每種病毒有其季節特性，諾羅病毒、輪狀病毒及星狀病毒在較冷的月份流行（11月～隔年3月），而腺病毒則一整年都會發生，其中，輪狀病毒更是嬰兒和5歲以下的幼童造成腹瀉最常見的原因。

一、 傳播方式

主要為糞口及飛沫傳染，如食用受病毒汙染的食物或飲水、接觸到排泄物、嘔吐物或病人曾接觸的物體表面，或是吸入病人嘔吐物及排泄物所產生的飛沫等。

二、 相關症狀

主要症狀是水瀉和嘔吐，也可能出現頭痛、發燒、腹部痙攣、胃痛、噁心、肌肉酸痛等類似感冒的症狀，通常感染後1~3天開始出現腸胃炎症狀，症狀可持續1~10天，具有極高的傳染力，若幼兒不慎感染病毒，建議居家休息避免群聚感染。

三、 注意事項

1. 適度補充水分及電解質，以防止脫水和電解質的流失。
2. 少量多餐的方式食用清淡飲食，避免過油或高糖分的食物刺激腸道蠕動，。
3. 須特別注意個人衛生，勤洗手戴口罩，避免接觸傳染。

~敬祝 平安健康 請落實生病不上學~

臺北市立信義幼兒園

111年09月21日敬啟